

REVISTA ONLINE DE PESQUISA

CUIDADO É FUNDAMENTAL

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro Escola de Enfermagem Alfredo Pinto

Anais do VII fórum nacional de mestrados profissionais em enfermagem

RESUMO

O empoderamento de histórias de vida

Marcela Leiros¹; Terezinha Nunes da Silva; Ilanna Cibebe Delgado³; Ana Karênina Amaral⁴

Linha de Pesquisa: Políticas e Práticas na Atenção à Saúde e Envelhecimento

Introdução: O Envelhecimento cresce em um ritmo acelerado. Para haver um envelhecimento ativo com qualidade de vida, um dos caminhos para a pessoa idosa desenvolver seu próprio cuidado, é torná-la protagonista de sua história de vida^{1, 2}. É por meio da educação popular e abordando a promoção a saúde que o desenvolvimento pessoal e coletivo pode ajudar na construção e no controle da vida da pessoa idosa³. Empoderar significa ter domínio sobre sua própria vida. Oferecer estratégias básicas para a promoção a saúde através das práticas de *empowerment* é imprescindível para a tomada de decisão de indivíduos dentro e/ou fora de grupos sociais, proporcionando o desenvolvimento de suas potencialidades, o aumento de informação e percepção e objetivando que exista participação real e simbólica da democracia¹. O empoderamento possibilita as pessoas auto-determinar suas próprias vidas, contribui para que cada ator social assuma seu papel diante da vida a partir da sua integração na comunidade e na articulação com outros atores⁴. A educação popular traz a opção por uma pedagogia da práxis (ação-reflexão-ção) significa aceitar uma aprendizagem onde se possa aprender a pensar a realidade existencial e a traduzir essa reflexão em ação política⁵. A partir do momento em que o homem conhece sua situação existencial, ele se assume como sujeito capaz de participar e lutar por seus direitos, assumindo seu pensamento crítico e se libertando do

¹Fonoaudióloga, Mestranda do programa de Mestrado Profissional em Gerontologia - UFPB, marcelaleiros@hotmail.com.

²Enfermeira; Servidora da Universidade Federal da Paraíba; Mestranda do Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia; Grupo Internacional de Pesquisas em Envelhecimento e Representações Sociais- GIEPERS; email: ttnsilvaa@gmail.com.

³Fonoaudióloga, Mestranda do programa de Mestrado Profissional em Gerontologia – UFPB, ilannadelgado@gmail.com.

⁴Fonoaudióloga, Profa Dra. do Departamento de Fonoaudiologia e do Mestrado Profissional em Gerontologia da UFPB. akfjafono@hotmail.com.

conformismo⁵. O empoderamento auxilia as pessoas no crescente controle sobre sua vida e a educação popular concebe a educação como dialógica, com trocas de saberes e experiências, respeito ao outro e reflexões. Diante disso, percebe-se que a dificuldade da pessoa idosa empoderar-se e expressar seus sentimentos, suas histórias de vida e de fazer possível suas próprias escolhas são alguns entraves a serem superados no grupo da memória com pessoas idosas. Assim, acredita-se que este estudo é de suma importância, pois estará contribuindo para atualizar o conhecimento sobre o empoderamento das histórias de vidas da pessoa idosa através do estímulo da memória recente. **Objetivo:** Estimular o empoderamento de mulheres idosas através de histórias de vida, partindo do estímulo inicial com dinâmica para o autoconhecimento. **Método:** Relato de experiência com um grupo de mulheres idosas em um município do nordeste brasileiro. O grupo de pessoas idosas é com idade igual ou superior a 60 anos e acontece semanalmente no Centro de Referência à Pessoa Idosa - CAISI- JP, trabalhando com a estimulação da memória. Participaram da dinâmica 20 mulheres e a coleta aconteceu no mês de novembro de 2016. Foi realizada uma estimulação de cada mulher através da história de vida com ênfase no empoderamento dos três momentos vividos por elas, passado, presente e futuro. A dinâmica foi iniciada com a apresentação do significado do “empoderamento”, cujo conceito era por muitas, vivenciado, mas pouco conhecido. O resgate dos fatos aconteceu através da construção de uma árvore em papel exposta na parede. Cada parte da árvore representou uma fase da vida; na raiz, as pessoas recordaram o passado, o tronco foi representado pelo presente e na copa da árvore foram registradas as expectativas para o futuro. **Resultados e Discussão:** As mulheres idosas mostraram o protagonismo do seu autocuidado em cada etapa vivenciada e puderam se empoderar das suas histórias e dificuldades vividas enxergando que conseguiram conquistar cada uma delas com muita garra, determinação e coragem, apesar de que para algumas foi sinônimo de felicidade, para outras foi sacrifício. A singularidade evidenciada em cada uma das mulheres ao falar de suas vivências deve ser respeitada e valorizada. Os conteúdos apreendidos foram divididos em três etapas, compreendendo as histórias do passado, presente e futuro e os respectivos sentimentos inerentes a cada contexto. A Etapa do Passado foi resgatada e marcada por nascimento dos filhos, alguns sofrimentos pessoais vividos e a saudade dos entes queridos. Já o Presente foi rememorado com a família, à felicidade pela vida e a participação no grupo de idosos. O Futuro trouxe os sentimentos de saúde e paz e a espiritualidade como algo marcante. **Discussão:** No tocante as experiências do passado, percebe-se que o empoderamento mostra que a vida pode ser ressignificada, mesmo com inúmeras barreiras do sofrimento e que as pessoas tem a possibilidade de se autodeterminar em sua própria história e resgatá-la⁶. Tal postura corrobora para construção de histórias de vida fortalecidas por vínculos afetivos e superações de perdas significativas. No contexto das vivências do presente, a família se destaca juntamente com a convivência em grupos sociais. Para a maioria das pessoas idosas, a família tem um papel relativo na sua sobrevivência, mas muitas vezes a família teme que ele não tenha autonomia suficiente para decidir o que é melhor para si⁷. Os aspectos sociais se evidenciam relevantes devido à população idosa proveniente de uma época marcada por valores socioculturais, na qual a família exercia importante papel, sendo para os familiares uma honra cuidar dos parentes⁸. Na perspectiva do futuro, percebe-se a relevância da espiritualidade e das questões de saúde. Ressalta-se que a essência do ser humano reside no cuidado em todas as suas dimensões, físicas, psicológicas, sociais e espirituais. Um estudo realizado com pessoas idosas evidencia que as crenças

pessoais dão maior significado a vida e ao envelhecimento bem-sucedido⁹. Assim, a espiritualidade é vista como uma ferramenta de resiliência e contentamento para pessoas idosas. Analisando a forma como a pessoa idosa lida com seus enfrentamentos pessoais propicia uma reflexão acerca da importância de valorizar seus saberes e considerar suas experiências pessoais nas estratégias de cuidados em saúde. **Conclusão:** A atuação do estímulo à história de vida das pessoas idosas é desafiadora, dado ao incipiente processo de reflexão desses momentos de vida. Para empoderar-se de sua própria história faz-se necessário passar por alguns sofrimentos e que foi observado no grupo de mulheres idosas. Contudo, o desafio foi enriquecedor, já sendo possível observar que elas conseguiram se enxergar enquanto mulheres, mães, amadas, felizes e que ainda esperaram viver. O profissional que lida com pessoas idosas deve estar treinado a abordar esta questão e atento a seus aspectos positivos e negativos, de forma a ajudá-los nesta fase da vida, respeitando suas histórias e individualidade.

Referências

1. Santana, MG. Dias, DG. Gheno, B. Affeldt, AB. Laroque, MF. A criatividade na terceira idade. Revista Contexto e Saúde. Ijuí: Editora UNIJUÍ, 2006; 7-14.
2. OMS. Organização Mundial da Saúde. Relatório mundial de envelhecimento e saúde. Organização Mundial da Saúde: Genebra, 2015. Disponível em: <http://sbgg.org.br/wpcontent/uploads/2015/10/OMS-Envelhecimento-2015-port.pdf>.
3. Assis, M. Pacheco, LC. Menezes, MFG. Bernardo, MHJ. Steenhagen, CHVA. Tavares, EL. Santos, DM. Ações Educativas em promoção da saúde no envelhecimento: a experiência do núcleo de atenção ao idoso da UNATI/UERJ. São Paulo: O mundo da Saúde, 2007.
4. Freire, P. Extensão ou comunicação? Trad. Rosisca Darcy de Oliveira. 7ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1983.
5. Silva, TMN. O idoso, a Educação Popular e a Política Social. A terceira Idade, estudos sobre envelhecimento. São Paulo: 2008.
6. Hammersclmidt, K. Lenardt, MH. Tecnologia Educacional Inovadora para o empoderamento junto a idosos com Diabetes Mellitus. Texto Contexto Enfermagem. Florianópolis, 2010.
7. Mercadante, E. Velhice: a identidade estigmatizada. Revista Serviço Social e Sociedade; 2003; 55-72.
8. Leme, LEG. Silva, PSCP. O idoso e a família. In: PAPALEO NETTO, M. (Org.). Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada; 2002; 92-97.
9. Moraes, JFD. Souza, VBA. Factors associated with the successful aging of the socially-active elderly in the metropolitan region of Porto Alegre. Rev. Bras. Psiquiatr. 2005; 27(4): 302-308.